

CONSUMO DE SUSTANCIAS Y SU RELACIÓN CON METACOGNICIONES, ESTRATEGIAS DE REGULACIÓN EMOCIONAL Y ASERTIVIDAD

Juan Manuel Antúñez

Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológico, Facultad de Psicología, Universidad de Málaga



INTRODUCCIÓN

El consumo de sustancias constituye un problema de salud nacional, especialmente entre las personas más jóvenes, en tanto que existe una incidencia de cincuenta mil admisiones a centros de tratamientos por consumo de sustancias anuales en España. Las metacogniciones, entendidas como los pensamientos acerca de los propios pensamientos, las estrategias de regulación emocional, entendidas como aquellas estrategias que se ponen en marcha para regular las emociones que experimentamos y la asertividad, entendida como la capacidad para defender los derechos propios sin violentar los de terceras personas, son factores con importante influencia en el inicio, mantenimiento, remisión y recuperación de diversos problemas psicológicos.

OBJETIVOS

El objetivo del estudio radica en explorar la relación existente entre el consumo de sustancias con metacogniciones, estrategias de regulación emocional y asertividad en una amplia muestra de adultos.

MATERIALES Y MÉTODO

Participantes

2930 personas (1895 hombres y 1035 mujeres), con edades comprendidas entre los 18 y los 64 años ($30,4 \pm 9$) participaron en el estudio. Todos los participantes fueron voluntarios y no recibieron ningún tipo de compensación económica por su participación.

Instrumentos

- ◆ *Cuestionario de datos sociodemográficos y de consumo de sustancias.*
- ◆ *Cuestionario de Asertividad de Rathus (RAS) (Rathus, 1973)* que permite evaluar la asertividad de los participantes en un rango que oscila desde -90 (menor asertividad) hasta +90 (mayor asertividad).
- ◆ *Cuestionario de Regulación Emocional (Gross & John, 2003)*, que permite evaluar el uso de dos estrategias de regulación emocional: reevaluación cognitiva (RC) y supresión de la expresión emocional (SE).
- ◆ *Cuestionario de Meta-Cogniciones 30 (MCQ-30) (Wells y Cartwright-Hatton, 2004)*, que permite evaluar el uso de 5 metacogniciones: creencias positivas sobre las preocupaciones (CP), creencias negativas sobre las preocupaciones (CN), necesidad de controlar los pensamientos (NC), autoconciencia cognitiva (AC) y confianza cognitiva (CC).

RESULTADOS

Tabla 1. Coeficientes de correlación entre las variables asertividad (RAS), reevaluación cognitiva (RC), supresión de la expresión (SE), metacogniciones (MCQ), creencias positivas sobre las preocupaciones (CP), creencias negativas sobre las preocupaciones (CN), confianza cognitiva (CC), necesidad de controlar los pensamientos (NC) y autoconciencia cognitiva (AC).

	RAS	RC	SE	MCQ	CP	CN	CC	NC	AC
Tabaco	,084**	-,025	-,023	,092**	,048**	,061**	,048**	,078**	,086**
Café	,052**	-,015	-,032	-,051**	-,037*	-,035	,000	-,036*	-,069**
Té	,028	,036	-,104**	-,045*	-,046*	-,016	,001	-,058**	-,029
Bebidas estimulantes	-,011	-,032	,127**	,071*	,076**	,013	,023	,084**	,067**
Alcohol	,078**	-,012	-,035	-,037*	-0,14	-,050**	,008	-,029	-,023
Hachís/cannabis	,049	-,002	,024	,081**	,028	,033	,039*	,076**	,113**
Cocaína	,031	-,024	,002	,017	,020	,007	,000	,028	,021
Anfetaminas	,030	-,033	,000	,006	,011	-,022	,020	,006	,010
Éxtasis	,002	-,025	,008	,028	,012	,006	,032	,019	,043*
Alucinógenos	,020	-,002	,019	,022	,022	-,005	,017	,019	,039*

* $p < ,05$; ** $p < ,01$.

CONCLUSIONES

- ◆ Las metacogniciones y estrategias de regulación emocional desadaptativas pueden estar implicadas en el consumo de tabaco, bebidas estimulantes, marihuana o hachís, éxtasis y sustancias alucinógenas.
- ◆ Se recomienda que dichos factores sean tenidos en cuenta a la hora de diseñar e implementar programas de intervención en población con problemas por uso de sustancias.
- ◆ Se necesitan estudios longitudinales para conocer las implicaciones de las metacogniciones y de las estrategias de regulación emocional en el consumo de sustancias.

REFERENCIAS

- ◆ Gross, J. J. y John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85, 3483-3462.
- ◆ Rathus, A. R. (1973). A 30-item Schedule for assessing assertive behavior. *Behavior Therapy*, 4, 398-604.
- ◆ Wells, A. y Cartwright-Hatton, S. A. (2004). A short form of the metacognitions questionnaire: properties of the MCQ-30. *Behaviour Research and Therapy*, 42, 385-396.